

**Siège Social :**4 rue des Bouleaux  
68140 MUNSTER

Tél : 0668881325 – 0680216381

Mél : [president@alsace-cardio.org](mailto:president@alsace-cardio.org)Site Internet : [www.alsace-cardio.org](http://www.alsace-cardio.org)

INSEE : 510 257 140 000 10

# La Gazette



Avril 2026

n° 67

## EDITORIAL

Cette année, notre association a décidé de concentrer ses actions de sensibilisation sur un sujet complexe et encore peu connu : les maladies neurocardiovasculaires. Ces pathologies, qui relient étroitement le cerveau et le cœur, illustrent à quel point notre santé est profondément interdépendante. Le lien entre le système nerveux central et le système cardiovasculaire est essentiel au bon fonctionnement de notre organisme. Lorsqu'il est perturbé, cela peut entraîner des conséquences graves, voire dramatiques, pour la qualité de vie des personnes concernées.

Les maladies neurocardiovasculaires regroupent un large éventail de troubles, allant des accidents vasculaires cérébraux aux dysfonctionnements du rythme cardiaque liés à des affections neurologiques, en passant par le stress chronique ou les maladies dégénératives. Souvent silencieuses, ces affections peuvent néanmoins avoir un impact dévastateur, bouleversant la vie des patients et de leurs proches.

Notre objectif de 2026 est d'accroître la sensibilisation à ces enjeux en informant le public et en encourageant la prévention. Comprendre le lien entre cerveau et cœur nous permet d'agir plus efficacement pour prévenir ces maladies, détecter leur apparition le plus tôt possible, et offrir aux malades des traitements appropriés.

Nous vous invitons à vous joindre à cette démarche. En partageant des messages de prévention et en racontant nos expériences, nous pouvons tous aider à améliorer la vie de nombreuses personnes. Chaque cœur, chaque esprit, mérite d'être en bonne santé pour vivre sereinement et pleinement.

# INFOS UTILES



## ADHÉSION



La période de cotisation pour l'année 2026 demeure ouverte. Le montant, fixé à 30 €, reste inchangé. Vous pouvez effectuer votre paiement par chèque bancaire, à adresser à notre secrétaire :

**Marie HAESSELY**

14 rue du Général Henri de Vernejoul KIENTZHEIM  
68240 KAYSERSBERG-VIGNOLE

ou par virement bancaire auprès du Crédit Mutuel :

FR76 1027 8032 6000 0203 5940 134  
BIC CMCIFR2A

*Un grand merci pour votre engagement  
et votre soutien.*

Rejoignez-nous  
en tant que  
bénévole !



L'Association ALSACE-CARDIO recherche toujours des bénévoles pour renforcer nos actions ponctuellement ou simplement apporter votre soutien. Votre engagement peut faire une réelle différence. Pour en savoir plus, contactez-moi :

Daniel EMMENDOERFFER  
Président Alsace-Cardio  
Tél : 0668881325 – 0680216381

N'hésitez pas à retrouver  
**Alsace-Cardio**  
sur Internet :  
[www.alsace-cardio.org](http://www.alsace-cardio.org)  
ou  
sur Facebook :  
Facebook/Alsace-Cardio

Vous souhaitez la visite d'un  
membre de l'Association  
pour vous aider ou  
vous conseiller dans vos  
démarches ?

Vous avez besoin d'un réconfort  
moral ou d'une information ?

Alors, n'hésitez pas à contacter  
un membre de  
l'Association Alsace-cardio  
dont les noms figurent  
à la page 10 de la Gazette.



# Le mot du Vice-Président



Chers amis (es) lecteurs (rices),

Je suis ravi de pouvoir reprendre la plume pour vous informer sur l'actualité du secteur Sud Alsace et de la région dans son ensemble.

En raison de mon état de santé dégradé, j'ai été contraint de ralentir mes activités au sein de l'association. Toutefois, je n'ai jamais cessé de penser à vous et vous adresse chaque samedi une petite pensée.

À partir du 1er mars, je recommencerai à solliciter les hyper et supermarchés afin de réaliser à nouveau des dépistages du diabète, en collaboration avec nos infirmières. Il est important de rappeler que le diabète constitue au jour d'hui une "pandémie mondiale".

En effet, près de 300 000 personnes souffrent du diabète de type 2 en Alsace, sans compter une estimation de 40 000 personnes qui ignorent leur état. La région est parmi celles où la prévalence du diabète est plus élevée en France. Mais il est important de noter que ces chiffres doivent être contextualisés par rapport aux autres régions, en tenant compte de facteurs socio-économiques, démographiques et de modes de vie spécifiques à chaque territoire.

Les chiffres ne cessent d'augmenter, avec une progression de +20 % en dix ans, phénomène en partie lié à l'évolution des modes de vie, notamment la sédentarité croissante. Toutefois, il convient de préciser que la consommation de charcuterie, souvent évoquée comme un facteur de risque, n'est qu'un élément parmi d'autres dans le contexte alimentaire global. L'alimentation en Alsace, comme ailleurs, est variée, et la relation entre consommation de certains produits et le diabète est complexe.

Par ailleurs, l'inactivité physique joue un rôle majeur dans le développement du diabète, mais il ne faut pas oublier que d'autres facteurs, tels que la génétique, le stress ou encore certains antécédents médicaux, peuvent également contribuer à cette maladie insidieuse, difficile à détecter sans dépistage. Je souhaite également vous informer que si vous ou un membre de votre famille êtes concernés par cette pathologie, je reste à votre disposition pour vous fournir des renseignements. En tant que diabétique de plus de 70 ans, je peux partager mon expérience et mes conseils.

Pour maintenir un taux de glycémie stable, l'activité physique régulière est une approche essentielle et accessible à tous. C'est pourquoi, depuis le début de l'année, des séances de gymnastique douce, adaptées à tous, ont repris à Mulhouse, à la Milhusina, située rue des Gymnastes, de 9h15 à 10h15 le vendredi matin. Ces séances sont encadrées par William CHARPIER, Professeur Agrégé d'EPS et Docteur en Sciences des Activités Physiques. Elles sont gratuites pour les adhérents d'Alsace-Cardio. N'hésitez pas à vous inscrire pour votre santé et votre bien-être.

Dans l'attente de vous retrouver, je vous adresse mes sincères et profondes amitiés.

Pierre VIRTTEL

# Prévenir les maladies neurocardiovasculaires



## Conseils et stratégies

Les maladies neurocardiovasculaires, telles que les maladies coronariennes, les accidents vasculaires cérébraux (AVC) ou encore l'insuffisance cardiaque, représentent une des principales causes de mortalité dans le monde. La prévention repose sur le mode de vie et la gestion des facteurs de risque. Voici les principaux axes à suivre :

### 1. Adopter une alimentation saine

- Favoriser la consommation de fruits, légumes, légumineuses, céréales complètes, oméga-3.
- Limiter la consommation de graisses saturées, de sel, de sucre, et éviter les aliments transformés.

### 2. Pratiquer une activité physique régulière

Au moins 150 mn d'exercice par semaine (marche rapide, natation, vélo). L'activité physique contribue à maintenir une bonne tension artérielle, à contrôler le poids et à améliorer la santé cardiovasculaire.

### 3. Maintenir un poids corporel adapté

L'obésité est un facteur de risque majeur. La perte de poids, combinée à une alimentation équilibrée et à l'activité physique, réduit significativement ce risque.

### 4. Arrêter de fumer

Le tabac endommage les vaisseaux et augmente le risque d'AVC, d'infarctus et d'autres maladies cardiovasculaires.

### 5. Gérer le stress

Pratiquer des techniques de relaxation, méditation ou activités apaisantes pour réduire l'impact du stress chronique.

### 6. Surveiller sa tension, son cholestérol et son diabète

Des contrôles réguliers permettent d'identifier précocement ces facteurs de risque et d'adapter le traitement si besoin.

Le traitement médical, si prescrit, doit être suivi scrupuleusement.

### 8. Limiter la consommation d'alcool

La consommation excessive d'alcool peut augmenter la pression artérielle et favoriser l'apparition de pathologies cardiovasculaires.

### 9. Adopter un mode de vie sain

La combinaison de ces mesures permet de réduire substantiellement le risque de maladies neurocardiovasculaires.

# La médecine progresse



La médecine moderne a réalisé des progrès considérables ces dernières années. Le diagnostic et les traitements s'articulent de manière plus précise et, surtout, sont davantage individualisés. De nombreuses maladies à évolution grave ou fatale peuvent désormais être détectées plus tôt et donc mieux contrôlées. Ainsi, la sclérose en plaque évolue souvent plus lentement grâce aux immunothérapies, les infarctus du myocarde sont moins mortels et, même dans des maladies graves comme le cancer du poumon, le VIH ou certains rhumatismes, les résultats des traitements sont meilleurs qu'il y a encore quelques décennies. De nouveaux médicaments ouvrent à leur tour des perspectives autrefois inimaginables. La cardiologie illustre parfaitement ces avancées.

## La cardiologie en mutation: meilleur pronostic, nouveaux principes actifs et interventions plus efficaces.

Le pronostic des maladies s'est amélioré au cours des deux dernières décennies.

Concernant l'infarctus du myocarde au niveau mondial, le taux de survie a augmenté de 40 à 50 % au cours des 40 dernières années. Le taux de mortalité lié à la maladie coronarienne, ajusté pour l'âge, est passé de 268,8 décès (en 2000) à 133,3 décès pour 100000 habitants (en 2023).

Une évolution positive se dessine également pour l'insuffisance cardiaque. Alors qu'en 2011, 60,7 personnes sur 100000 sont décédées de cette maladie, le taux de mortalité s'élevait à 35,8 dix ans plus tard. Ces progrès en cardiologie sont attribuables à plusieurs évolutions.

Dans l'insuffisance cardiaque, des médicaments tels que les inhibiteurs de l'ECA\* (enzyme de conversion de l'angiotensine),

les bêtabloquants et les diurétiques, sont aujourd'hui utilisés en routine. Il sont complétés par des technologies médicales modernes telles que les défibrillateurs implantables ou les systèmes de resynchronisation cardiaque, qui préviennent les troubles du rythme potentiellement mortels et stabilisent la fonction cardiaque. La prise en charge aiguë a également évolué. Grâce aux revascularisations plus précoces, les patients sont beaucoup plus nombreux aujourd'hui à survivre à un infarctus du myocarde. Parallèlement, les patients à risque accordent plus souvent de l'importance à l'optimisation de leur mode de vie.

Enfin les outils diagnostiques modernes (imagerie, biomarqueurs, surveillance télémétrique,...) contribuent à détecter plus précocement les maladies cardiovasculaires.

*\*(les inhibiteurs de l'ECA diminuent la pression artérielle)*

# AVC et INFARCTUS



## Connaître les symptômes et agir rapidement

L'infarctus du myocarde est l'obstruction d'une artère coronaire qui assure l'apport en sang et en oxygène au cœur.



### Symptômes de l'infarctus

- Douleur thoracique prolongée pouvant s'étendre jusqu'aux bras, sensation d'oppression
- Fatigue, essoufflement, sueurs
- Nausées ou vomissements
- Vertige ou sensation de faiblesse

L'accident vasculaire cérébral est une interruption du flux sanguin dans le cerveau, causée par un caillot ou une rupture d'un vaisseau.



### Symptômes de l'AVC

- Maux de tête inhabituels et intenses
- Asymétrie du visage
- Perte de sensibilité visage ou membre
- Troubles de la parole
- Perte de force ou paralysie d'un membre
- Vertige ou perte d'équilibre

Il est important de noter que chez les femmes, les symptômes peuvent être plus subtils ou atypiques, ce qui peut retarder la reconnaissance de la crise cardiaque ou compliquer celle de l'AVC.

**Si ces symptômes apparaissent, agissez rapidement  
en appelant le 15 ou le 112**

# La loi de financement de la Sécurité Sociale 2026



La loi de financement de la Sécurité sociale (LFSS) pour 2026 a été promulguée, avec un objectif national de dépenses d'Assurance maladie fixé à 274,4 milliards d'euros, en hausse de 3,1 %, bien que cela reste en dessous des besoins.

## Mesures principales pour les usagers du système de santé

### Franchises et participations forfaitaires : pas de modification à ce stade

Concernant les usagers, aucune modification n'a été apportée aux franchises et participations forfaitaires.

### ALD : un nouveau parcours d'accompagnement préventif pré-ALD

La LFSS introduit un parcours d'accompagnement préventif pour les personnes à risque de développer une ALD, avec une liste de pathologies à définir par la Haute Autorité de santé, incluant notamment l'obésité, l'hypertension ou le diabète sans complication. Un amendement adopté garantit que ce parcours ne pourra pas faire l'objet de dépassements d'honoraires. Bien que le Conseil constitutionnel ait validé ces mesures, il reste vigilant quant à l'éventuel durcissement des conditions d'accès à l'ALD, afin d'éviter des exclusions injustifiées.

### Déremboursement des actes et prescriptions des médecins non conventionnés

A partir du 1er janvier 2027, les actes et prescriptions des médecins non conventionnés exerçant en secteur 3 ne seront plus remboursés par l'Assurance maladie, qui limite déjà leur remboursement actuel. Cette mesure vise à encourager l'installation en secteur conventionné.

### Limitation de la durée de prescription des arrêts de travail et des indemnités des arrêts liés à un accident du travail ou une maladie professionnelle

La LFSS limite la durée de prescription des arrêts de travail, passant d'une proposition initiale de 15 jours et d'un mois après hospitalisation à une règle fixant un plafond d'un mois pour un arrêt initial et de deux mois pour un renouvellement. En cas de besoin de prolongation, il faudra consulter un médecin dans ces délais. Le Conseil constitutionnel a validé cette mesure qui entrera en vigueur le 1er septembre 2026.

La LFSS limite la durée d'indemnisation des arrêts liés à un accident du travail ou une maladie professionnelle, fixée par décret à environ quatre ans.

### Tiers payant contre biosimilaires et remboursement sur la base du biosimilaire le plus cher

La nouvelle loi prévoit la mise en place d'un tiers payant pour les médicaments biosimilaires substituables, ce qui signifie que si un patient refuse un biosimilaire en pharmacie, il devra avancer les frais. De plus, le remboursement du médicament de référence sera basé sur le prix du biosimilaire le plus cher, notamment pour ceux introduits depuis deux ans. En cas de refus d'un biosimilaire, le patient recevra un médicament de référence, mais sera remboursé selon le tarif du biosimilaire le plus cher.

# Retour sur nos actions



À l'occasion des fêtes de Noël, la Ville de Strasbourg a offert, aux seniors strasbourgeois, des places de théâtre pour assister à la représentation, en alsacien, surtitrée en français, du spectacle intitulé "De Strossbùrjer Nùssknàcker".



Cette pièce, présentée sous la forme d'un conte de Noël, a été écrite et mise en scène par Elisabeth Ritter et Stéphanie Schaetzlé, et est interprétée par le Théâtre alsacien de Strasbourg. Bien que jouée en alsacien, la représentation a été entièrement surtitrée en français pour le public.

Ainsi, une vingtaine d'adhérents d'Alsace-Cardio de Strasbourg, ont pu profiter de cette sortie organisée par notre Vice-Présidente, Isabelle GEORG.



La Journée du Cœur de Strasbourg s'est tenue le 6 mars 2026 au Pavillon Joséphine, Parc de l'Orangerie.

Cet événement avait pour objectif de sensibiliser le public aux maladies neurocardiovasculaires, qui sera le fil conducteur des journées du cœur organisées par Alsace Cardio pour l'année 2026.

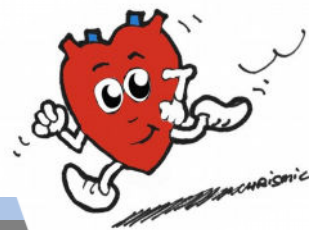


Les retours des participants ont été extrêmement positifs, témoignant de l'impact de cette journée.



La prochaine Journée du Cœur est prévue à Sélestat le 29 mai prochain. Soyez au rendez-vous !

# Activités physiques



## à Strasbourg :

- aquagym, le lundi de 11h45 à 12h30 à la piscine de la Kibitzenau à STRASBOURG-NEUDORF
- Qi gong, tous les 15 jours avec 2 séances à 13h45 et 15h

Contact :

Isabelle GEORG – 0608529740 – isabelle.georg-bentz@wanadoo.fr

## dans le Centre-Alsace :

Gymnastique adaptée tous les vendredis matin  
à 10h à SAINTE-CROIX-EN-PLAINE

*Séances assurées par Gaby FREY*

Contact :

Gaby FREY – 0675987237 – dlgy7887@gmail.com

## dans le Sud de l'Alsace :

Gymnastique adaptée tous les vendredis matin  
de 9h à 10h à MULHOUSE  
11 rue des Gymnastes salle de sport la Milhusina

*Séances assurées par William CHARPIER*

Contact :

Pierre VIRTEL – 0648613177 – pvirtel.alsacecardio2@gmail.com

# LE COMITE ALSACE-CARDIO 2025

Prénom Nom	Fonction	Adresse	Téléphone	Adresse mél
<b>LE BUREAU</b>				
Daniel EMMENDOERFFER	Président	4 rue des Bouleaux 68140 MUNSTER	0389770047 0680216381	daniel.emmen@orange.fr president@alsace-cardio.org
Pierre VIRTEL	Vice-Président	51 avenue Alphonse Juin 68100 MULHOUSE	0389650663 0648613177	pvirtel.alsacecardio2@gmail.com
Isabelle GEORG	Vice-Présidente	16 rue du Chêne 67100 STRASBOURG	0608529740	isabelle.georg-bentz@wanadoo.fr
Jean-Jacques VETTER	Trésorier	4 Rue de la Roselière 67120 AVOLSHEIM	0678733977	alsace.cardio.tresorier@gmail.com
Michèle HOBEL	Trésorière-adjointe	7a rue Geisbourg 68240 KAYSERSBERG VIGNOBLE	0676742585	michele.hobel@orange.fr
Marie HAESSELY	Secrétaire	14 rue du Gal Henri de Vernejoul KIENTZHEIM 68240 KAYSERSBERG VIGNOBLE	0682408780	secretaire-alsace-cardio@bbox.fr
Franca TROTTA	Secrétaire-adjointe	30a rue du Colonel Cadé 68320 HOLTZWHR	0786289010	francatrotta@wanadoo.fr
<b>LES ADMINISTRATEURS</b>				
Gérard BOULANGER		6 rue de l'École 67250 KUTZENHAUSEN	0388805898 0682499685	gerard.boulangier505@orange.fr
Denise EHRHART	Infirmière	3 rue des Vergers 68920 WETTOLSHEIM	0678413919	denise.ehrhart68@gmail.com
Antoine FABIAN		3 rue des Vignes 68800 RODEREN	0607153856	antoine.fabian24@gmail.com
Doris KURY	Infirmière	33 rue du Petit Colmar 68280 SUNDHOFFEN	0636495050	doris.kury@hotmail.fr
François LINKS		25 rue du Général de Gaulle 67150 GERSTHEIM	0606984491	
Arsène SIMET		4 rue d'Alsace 68170 RIXHEIM	0389654180 0659070186	versimet@estvideo.fr
Monique SODANO	Aide-soignante	6a rue Albert Schweitzer 68150 OSTHEIM	0664467135	michel.sodano@sfr.fr
Christiane VONTHRON	Infirmière	9 rue du Calvaire 68127 STE-CROIX-EN-PLAINE	0688386292	c-vonthron@hotmail.fr
Michèle WEBER	Infirmière	4 rue de la Roselière 67120 AVOLSHEIM	0659210647	weber.michele02@orange.fr
<b>LES DÉLÉGUÉS</b>				
William CHARPIER	Docteur en STAPS	9 rue du Limousin 68270 WITTENHEIM	0625825254	williamcharpier@icloud.com
Roland WITTMANN		15 rue de la Forêt 68460 LUTTERBACH	0669634384 0369196074	roland.wittmann@numericable.fr
<b>LE WEBMESTRE</b>				
Olivier MULLER	Be-Bold			



## BULLETIN d'ADHÉSION, de RENOUELEMENT ou de DONATEUR

En devenant adhérent ou donateur de notre association, vous apportez votre soutien à nos initiatives de sensibilisation et de prévention contre les maladies neuro-cardiovasculaires auprès du public. Votre engagement nous aide à atteindre nos objectifs et à renforcer l'impact de nos actions. Rejoindre notre association, c'est également participer activement à sa vie et à ses projets.

Madame       Monsieur

Nom : .....

Prénom : ..... Date de naissance : .....

Adresse : .....

Code postal : ..... Ville : .....

Téléphone : .....

Mél : .....

J'adhère à ALSACE-CARDIO et m'engage à régler la cotisation annuelle d'un montant de 30,00 €.

Je fais un don de ..... €

Fait à ..... Le .....

**Signature :**

**Paiement par :**

Chèque à l'ordre d'ALSACE-CARDIO

Virement auprès de la CCM du Pflixbourg à 68920 WINTZENHEIM

IBAN : FR76 1027 8032 6000 0203 5940 134 - BIC : CMCIFR2A

Bulletin d'adhésion et règlement à envoyer à :

**Marie HAESSELY**  
**14 rue du Général Henri de Vernejoul KIENTZHEIM**  
**68240 KAYSERSBERG-VIGNOBLE**  
**secrétariat-alsace-cardio@bbox.fr - Tél. 06 82 40 87 80**

Nous vous remercions chaleureusement pour votre générosité, symbole de votre solidarité envers notre association et envers tous ceux qui souffrent de troubles neuro-cardiovasculaires.



## La Gazette n° 67 Avril 2026

Directeur de la publication  
Daniel EMMENDOERFFER

Editorial  
Franca TROTTA

Conception  
Franca TROTTA

Rédacteur  
Franca TROTTA

Impression  
Les Papillons Blancs Colmar

## SOMMAIRE

Éditorial	1
Infos utiles	2
Le mot du Vice-Président	3
Les maladies neurocardiovasculaires	4
Les progrès de la médecine	5
AVC et INFARCTUS	6
La loi de financement de la Sécurité Sociale	7
Retour sur nos actions	8
Nos activités physiques	9
Le comité Alsace-Cardio	10
Le bulletin d'adhésion	11
INFO MINUTE	12

## INFO MINUTE

Isabelle GEORG, vous informe de la mise en place d'ateliers alimentaires, visant à renforcer votre équilibre alimentaire et votre bien-être, en complément des activités de gym adaptée. Ces ateliers, organisés par la Maison Sport et Santé de Strasbourg, nécessite une inscription préalable quelques jours avant chaque session afin de gérer l'achat des ingrédients et de préparer au mieux chaque atelier.



### Le calendrier des sessions :



- Mardi 17 mars 2026, de 10h à 12h : Atelier théorique sur l'équilibre alimentaire
- Vendredi 27 mars 2026, de 10h à 12h : Atelier cuisine
- Jeudi 30 avril 2026, de 10h à 12h : Atelier théorique sur les idées reçues
- Jeudi 21 mai 2026, de 10h à 12h : Atelier cuisine
- Mardi 2 juin 2026, de 10h à 12h : Atelier lecture d'étiquettes
- Mardi 23 juin 2026, de 10h à 12h : Atelier cuisine



Les places étant limitées, nous vous encourageons à vous inscrire rapidement.  
**Pour toute question complémentaire, Isabelle GEORG reste à votre disposition.**